

RECEPT KOOKWORKSHOP – EIERSALADE

RECEPT VOOR 9 SNEDEN BROOD.



Ingrediënten

- ✓ 4 eieren
- ✓ 1,5 eetlepel Griekse yoghurt
- ✓ 2 koffielepels mosterd
- ✓ Bieslook (tip: kan ook diepgevroren aangekocht worden)
- ✓ Peper en zout



Materiaal

- ✓ Snijplank
- ✓ Snijmes
- ✓ 2x koffielepel
- ✓ Eetlepel
- ✓ Vork
- ✓ Kom
- ✓ Kookpot

Aan de slag!

- ✓ Kook de eieren 8 – 9 minuten.
- ✓ Giet de eieren af en spoel ze onder koud water.
 - ✓ Laat de eieren vervolgens afkoelen.
- ✓ Spoel de bieslook onder stromend water.
- ✓ Snipper de bieslook fijn en doe in een kommetje.
- ✓ Pel de afgekoelde eieren.
- ✓ Snijd de eieren in grove stukken, doe de stukken in de kom.
 - ✓ Voeg 1 eetlepel Griekse yoghurt toe aan de eieren.
 - ✓ Voeg 2 koffielepels mosterd toe aan de eieren.
- ✓ Prak het geheel met een vork tot een mooi mengsel.
 - ✓ Kruid met peper en zout naar wens.
 - ✓ Voeg de fijngesnipperde bieslook toe.
- ✓ Meng het geheel nogmaals.
- ✓ Smeer eiersalade op een boterham.

*Neem zeker een kijkje aan
de ommezijde voor TIPS !*

TIPS !

- ✓ Bieslook kan vers of diepgevroren aangekocht worden.
- ✓ Om budgetvriendelijk te werken: versnipper het volledige plantje bieslook. Hetgeen je niet nodig hebt, kan gewoon ingevroren worden voor de volgende keer !
- ✓ Boterhammen kunnen vervangen worden door: cracotte, Turks brood, Marokkaans brood, wrap. De eiersalade kan even goed als dip voor broodfrietjes of groenten gebruikt worden.
- ✓ Producten van het huismerk hebben quasi dezelfde samenstelling als merkproducten van dezelfde aard en soort, maar zijn een stuk goedkoper !